

«УТВЕРЖДАЮ»

Начальник управления образования
администрации МО г. Алексин

С.В. Скобцов

«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель комитета по культуре,
молодёжной политике и спорту
администрации МО г. Алексин

О.Ю. Алёшина

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБУ ДО «ДЮСШ №1»

Н.Г. Арсеньева

Положение о Зимнем фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)» среди всех категорий населения в 2017 году.

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Зимний Фестиваль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения в 2017 году (далее - Фестиваль), проводится в соответствии с п. 42 плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – комплекс ГТО), утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 г. № 1165-р.

Целью проведения Фестиваля является вовлечение граждан в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачами Фестиваля являются:

- популяризация комплекса ГТО среди всех категорий населения;
- повышение уровня физической подготовленности населения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
- поощрение граждан, показавших лучшие результаты по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

II. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Фестиваль проводится в МО г. Алексин **15-16 февраля** 2017 года. **15 февраля** МБУ ДО «ДЮСШ «Горизонт» (бег на лыжах). Регистрация участников в 14.00 часов. Начало соревнований в 14.30 час. **16 февраля** в МБУ ДО ДЮСШ №3 «Атлет» по адресу: г. Алексин, ул. Северная, д. 6. Регистрация участников соревнований в 13.30 часов. Начало соревнований в 14.00 часов.

III. ОРГАНИЗАТОРЫ МЕРОПРИЯТИЯ

Общее руководство подготовкой и проведением фестиваля возлагается на комитет по культуре, молодёжной политике и спорту Администрации

муниципального образования г. Алексин и управление образования администрации МО г. Алексин, а непосредственное проведение фестиваля возлагается на Центр тестирования ГТО в муниципальном образовании г. Алексин (МБУ ДО «ДЮСШ №1»: г. Алексин, ул. Пионерская, д. 29; тел.: 4-89-65, 4-25-37, e-mail: AleksinSport@yandex.ru).

IV. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА

К участию в Фестивале допускаются граждане от 18 до 70 лет и старше, относящиеся к VI- XI ступеням комплекса ГТО соответственно, зарегистрированные на сайте www.gto.ru. Состав команды не менее 5 человек, независимо от пола. К участию в Фестивале допускаются участники при наличии допуска врача и заявки от организации.

V. ПРОГРАММА ФЕСТИВАЛЯ

Программа Фестиваля состоит из тестов VI-XI ступеней комплекса ГТО и формируется в соответствии с методическими рекомендациями по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Минспорта России от 12 мая 2016 г. №516.

VI ступень (18-29 лет)

№	Вид испытания (тест)	Мужчины	Женщины
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или рывок гири 16 кг (кол-во раз).	+	
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)		+
2.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи см)	+	+
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+	+
5.	Бег на лыжах (мин, с)	5 км +	3 км +

VII ступень (30-39 лет)

№	Вид испытания (тест)	Мужчины	Женщины
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или рывок гири 16 кг (кол-во раз).	+	
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)		+
2.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи - см)	+	+
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	+	+
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)		+

5.	Бег на лыжах (мин, с).	5 км +	3 км +
----	------------------------	--------	--------

VIII ступень (40-49 лет)

№	Вид испытания (тест)	Мужчины	Женщины
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или рывок гири 16 кг (кол-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	+	
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)		+
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+	+
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+	+
5.	Бег на лыжах (мин, с).	5 км +	2 км +

IX ступень (50-59 лет)

№	Вид испытания (тест)	Мужчины	Женщины
1.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или рывок гири 16 кг (кол-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	+	
2.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)		+
3.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+	+
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	+	+
5.	Бег на лыжах (мин, с).	5 км +	2 км +

X ступень (60-69 лет)

№	Вид испытания (тест)	Мужчины	Женщины
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре о гимнастическую скамью (кол-во раз)	+	+
2.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+	+
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз)	+	+
4.	Передвижение на лыжах (мин, с)	3 км +	2 км +

XI ступень (от 70 лет и старше)

№	Вид испытания (тест)	Мужчины	Женщины
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре о сиденье стула (кол-во раз)	+	+
2.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+	+
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз)	+	+
4.	Передвижение на лыжах (мин, с)	3 км +	2 км +

*В случае ухудшения погодных условий тестирование по виду испытания бег на лыжах может быть перенесено на другую дату.

Условия проведения соревнований

Соревнования проводятся в соответствии с методическими рекомендациями по тестированию населения в рамках комплекса ГТО, одобренными на заседаниях Координационной комиссии Минспорта России по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (протокол № 1 от 23 июля 2014 г. пункт II/1) и Экспертного совета по вопросам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса 28 мая 2014 г. и 27 августа 2014 года.

Порядок проведения соревнований

Первый день (15 февраля):

- бег на лыжах.

Второй день (16 февраля):

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
- наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье;
- силовая гимнастика.

На соревнованиях Фестиваля результаты участников определяются в соответствии с 100-очковыми таблицами оценки результатов (приложение №2 к методическим рекомендациям по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденными приказом Минспорта России от 12 мая 2016 г. №516.

VI. УСЛОВИЯ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Личное первенство среди участников определяется отдельно для каждой ступени комплекса ГТО среди мужчин и женщин по наибольшей сумме очков, набранных во всех видах программы Фестиваля согласно 100-очковой таблице оценки результатов. В случае равенства сумм очков у двух или более участников преимущество получает участник, показавший лучший результат в беге на лыжах.

VII. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие 1-3 места в личном первенстве среди мужчин и женщин в программе Фестиваля в каждой из возрастных групп награждаются по решению организаторов соревнований грамотами.

VIII. УСЛОВИЯ ФИНАНСИРОВАНИЯ

Финансовое обеспечение Фестиваля осуществляется за счёт средств бюджета муниципального образования г. Алексин.

IX. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ

Обеспечение безопасности участников и зрителей осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. № 353, а также требованиям правил по соответствующим видам спорта.

X. ПОДАЧА ЗАЯВОК НА УЧАСТИЕ

Для участия в Фестивале необходимо направить предварительную заявку в оригинальном виде по установленной форме (Приложение № 1) по адресу: AleksinSport@yandex.ru в срок до 10 февраля 2017 года.

Оригинал заявки предоставляется в оргкомитет в день проведения соревнований.

Приложение № 1
к Положению о летнем Фестивале
Всероссийского физкультурно-спортивного
комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

ЗАЯВКА
на участие в зимнем Фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

(Наименование организации)

№ п/п	Фамилия. имя. отчество	Дата рождения (д.м.г.)	ИД номер в АИС ГТО	Степень	Виза врача
1.					допущен. подпись врача. дата. печать напротив каждого участника соревнований
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

Врач _____ / _____
(Ф.И.О) (подпись)
ДАТА (М.П. медицинского учреждения)

Руководитель организации _____
МП (подпись. Ф.И.О.)